

استخدام الفاييسوك في الجزائر اختبار العلاقة بين الادمان والاكتئاب في اوساط المستخدمين

د. عبيد الحفيظ معوش
أستاذ محاضر بجامعة خنشلة
a.hafid1982@yahoo.com

د. طارق السيد سعيدي
أستاذ محاضر بجامعة خنشلة
saiditariq1985@gmail.com

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى اختبار العلاقة بين استخدام الفاييسوك وإدمانه وبين ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين في الجزائر. اعتمدنا من أجل الاجابة على تساؤلات الدراسة المنهج المسحي كما استخدمنا الاستبانة الالكترونية في جمع البيانات وصممنا الاستبانة بالاعتماد على مقياس إدمان استخدام الفاييس بوك (IAT) ومقياس الاكتئاب (CESD) بالإضافة إلى بعض الاسئلة لجمع البيانات الخاصة بالمستخدم. شارك في الاجابة على الاستبانة 239 مستخدم منهم 53.1 بالمائة إناث وتراوح أعمار الأغلبية (72.3 بالمائة) بين 20 و 29 سنة وخلصت الدراسة إلى العديد من النتائج لعل أهمها ما يأتي: أغلبية المبحوثين (66.1%) يستخدمون الفاييس بوك لأكثر من ساعتين يوميا ومتوسط عدد الأصدقاء على الفاييسوك 351 صديق، كما توصلت الدراسة إلى أن المتوسط الحسابي لإجابات المستخدمين على مقياس الإدمان على استخدام الفاييسوك (IAT) هو 3.41 بانحراف معياري يقدر بـ 0.831 أما متوسط إجابات المستخدمين على مقياس الاكتئاب (CESD) فكان 1.1474 بانحراف معياري يقدر بـ 0.67722.

توصلت نتائج اختبار الفرضيات إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين ادمان استخدام الفاييسوك والاكتئاب، بين الاكتئاب ومدة الاستخدام اليومي للفايس بوك، كما توصلنا إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين عدد الأصدقاء على الفاييسوك وبين الاكتئاب.

الكلمات المفتاحية: الفاييسوك ; الادمان ; الاكتئاب.

Abstract:

The objective of this study was to verify the relationship between Facebook use and addiction and the appearance of depressive symptoms in users in Algeria. In order to answer the questions in our study we relied on the survey method and also we used an online questionnaire for data collection, the elaboration of this questionnaire was based on two scales: the Internet Addiction Test (IAT) and Depression Scale (CES-D) and other identifying questions regarding respondents' personal characteristics. The number of users who responded to our questionnaire was 239 people, the majority of whom were female with a rate of 53.1%, the most common age category in our sample is that between 20 and 29 years with a rate of 72.3% of all respondents. This study highlighted the following key findings: The majority of respondents 66.1% spend

more than two hours a day on Facebook, and the average number of friends on Facebook is 351 friends, as well as the results of our study shows that the arithmetic mean of user responses on the Internet Addiction Test (IAT) scale is 3.41 with a standard deviation of 0.831, but with respect to the depression scale (CES-D), the arithmetic mean is 1.1474 with a standard deviation of 0.67722.

Verifying the hypotheses of this research led us to show the existence of a positive relationship between Facebook addiction and depression, and a negative relationship between the number of Facebook friends and depression.

Keywords: Facebook; addiction; the Depression

مقدمة:

كان موقع التشبيك الاجتماعي المعروف باسم الفاييسوك يمتلك عام 2014 أكثر من 1.24 بليون مستخدم شهري نشيط على المستوى الدولي (Wakefield, 2014) و مع نهاية الثلاثي الرابع من عام 2017 حقق نسبة نمو كبيرة جعلته يقترب من رقم 2.14 بليون مستخدم شهري نشيط (Dan Noyes, 2018) وهو ما يجعل منه أكثر الارضيات الالكترونية للتواصل الاجتماعي استخداما في العالم. كما أن عدد مستخدمي الفاييسوك في الجزائر وفق أحدث احصائيات لعام 2017 والتي يوفرها موقع (Weedoo.tech) يتجاوز حاجز 16 مليون مستخدم (Facebook Arab World, 2018) و هو رقم يكاد يوازي نصف سكان الجزائر. جميع من يقرأ الأرقام السابقة يدرك ببساطة مقدرا الانتشار الذي حظي به موقع الفاييسوك سواء تعلق الأمر بالصعيد الدولي أو الوطني كما أن كل من يمتلك تفكير علمي لا يتأخر كثيرا حتى يطرح تساؤلات حول تداعيات الاستخدام الواسع لهذا الموقع على العديد من المجالات من بينها مجال الصحة النفسية للمستخدم وهو ما استدعى انتباهنا وجعلنا نحاول تسليط الضوء على تداعيات استخدام موقع الفاييسوك على الصحة النفسية للمستخدم. تعود أولى الدراسات الاستطلاعية التي استهدفت مجال تكنولوجيا الإعلام والاتصال وتأثيراتها على الصحة الفردية والتي حاولت في أولى محطاتها اختبار الآثار التي يخلقها استخدام الأنترنت أثناء فترات المكوث المنزلي على الصحة الفردية للمستخدمين وذلك في الولايات المتحدة خلال عام 1996، حيث تم تصميم استبيان لجمع البيانات يتكون من 26 فقرة وكان هذا الاستبيان قد استغرق حوالي 24 أسبوع وتوصل إلى العديد من النتائج التي تعتبر الأرضية التي انطلقت منها الكثير من الدراسات في هذا المجال فيما بعد (C. R. Blease, 2015).

1 - مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يعد الاكتئاب واحد من أكثر المشاكل الصحية التي تواجه طلبة الجامعات، فهو ينتشر بينهم بنسب معتبرة خلال السنوات القليلة الماضية فالكثير من الدراسات العلمية تحصر نسبة انتشاره بين 10 بالمائة و 25 بالمائة وذلك عبر مختلف الثقافات (Skues, Banagan, Wise, 2014). هناك بعض الدراسات الحديثة التي تشير إلى وجود علاقة بين الاكتئاب وبين استخدام الفاييسوك كما أن هناك دراسات أخرى تنفي وجود علاقة مباشرة وتؤكد على متغيرات أخرى تدخل في عملية التأثير وبالتالي فالعلاقة بين الاكتئاب و الفاييسوك يبقى مجال خصب للبحث والاختبار و الدراسة و

بالأخص حينما ندرك حقيقة ندرة البحث (في حدود علمنا) في هذا الموضوع في المستويات الاكاديمية الجزائرية. يمكن تفكيك اشكالية هذه الدراسة إلى العديد من التساؤلات الفرعية كما يأتي:

- ماهي طبيعة استخدام الفاييس بوك في أوساط المستخدمين في الجزائر؟
 - ماهي نسب و مستويات الإدمان على استخدام الفاييس بوك في أوساط المستخدمين في الجزائر؟
 - ماهي نسب و مستويات الاكتئاب في أوساط المستخدمين في الجزائر؟
 - هل ترتبط مدة استخدام اليومي للفاييسوك بظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر؟
 - هل يرتبط حجم شبكة الأصدقاء على الفاييس بوك بالإدمان في أوساط المستخدمين؟
 - هل يرتبط حجم شبكة الأصدقاء على الفاييس بوك بظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر؟
 - هل يرتبط إدمان استخدام الفاييس بوك بظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر؟
- 2- فرضيات الدراسة: يمكن تلخيص الفرضيات التي ستقوم الدراسة بإثباتها أو نفيها في النقاط الآتية:
- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مدة الاستخدام اليومي للفاييس بوك و بين ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.
 - توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مدة الاستخدام اليومي للفاييسوك و بين الإدمان عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.
 - توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين حجم شبكة الأصدقاء على الفاييسوك و بين الإدمان في أوساط المستخدمين.
 - توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين حجم شبكة الأصدقاء على الفاييسوك و بين ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.
 - توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين ادمان استخدام الفاييسوك و بين ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.
- 3- أهداف الدراسة:

الهدف من كل دراسة علمية هو محاولة امتلاك تصور كامل ع ن المرحلة النهائية التي يجب أن تكون عليها، و عادة ما تكون أهداف الدراسة هي امتداد لمرحلة تفكيك الاشكالية و عليه يمكن تلخيص أهم أهداف الدراسة في بحث وجود أو غياب العلاقة بين استخدام الفاييسوك بمختلف مستوياته و بين ظهور أعراض الاكتئاب في أوساط المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.

4 - أهمية الدراسة: 1 لدراسة تكتسب أهميتها من أهمية متغيراتها فلا أحد يمكنه أن ينكر زيادة استخدام

الفايسوك في أوساط الجمهور عامة و في أوساط الشباب و المراهقين بشكل خاص و هذا ما تثبته الدراسات العلمية سنويا، فأحد متغيرات الدراسة إذن يتمحور حول أكبر موقع تشبيك اجتماعي في العالم برقم يتجاوز 2 بليون مستخدم و بالتالي فالموقع أصبح قوة هائلة على الصعيد الدولي و اشكالية محورية في العديد من مجالات البحث و معالجة موضوع

هذه الأهمية يكسب الدراسة العديد من نقاط القوة، كما أن متغير الاكتئاب في حد ذاته أصبح يعكس أهمية كبيرة بحكم الأعداد الكبيرة للأشخاص الذين يعانون منه مؤخراً وفق الكثير من الاحصائيات فالجميع يلاحظ الحالات النفسية السيئة التي تعكسها أوجه العديد من الأشخاص الذي نقابلهم خلال نشاطنا اليومي الأمر الذي جعل منظمة الصحة العالمية تسلط الضوء عليه وتطلق حملة بعنوان "دعونا نتحدث عن الاكتئاب" اعتباراً من 10 أكتوبر 2016 وتهدف من خلالها إلى زيادة الأفراد الذين يسعون إلى الحديث عن معاناتهم و طلب المساعدة (http://www.who.int/mental_health/management/depression/en/). إذن محاولة اختبار العلاقة بين المتغيرين لا بد أن تكتسي أهمية بقدر أهمية المتغيرين.

5 - مفاهيم الدراسة:

الفايسبوك: هو موقع إلكتروني مصمم لأهداف تتمثل بالأخص في تواصل الأفراد من خلال شبكة من الأصدقاء الافتراضيين فكل شخص عضو في هذه الشبكة يشارك ويقدم نفسه وهويته افتراضياً من خلال وصف قصير لحياته و خصائصه و أعماله كما يمكنه نشر أو مشاركة و تبادل المضامين مع الأصدقاء (Delise , 2014).

إدمان استخدام الفايسبوك: يعد الطبيب النفساني الأمريكي " ايفان غولديبرج، Ivan Goldberg " أول من تنبأ بفقدان السيطرة على استخدام الانترنت و قد استخدم لذلك مصطلح إدمان الأنترنت عام 1995 (Blachio et al., 2015, p. 01).

يمكننا تعريف "إدمان الفايسبوك" إجرائياً على أنه فقدان السيطرة على استخدام الفايسبوك و عدم تفويت الفرصة المواتية لاستخدامه مهما كانت ضئيلة و الاوقات التي يقضيها المستخدم بعيداً عن الفايسبوك تجعله يشعر بأحاسيس سيئة، فمتغير إدمان استخدام الفايسبوك ينطوي على نوعين من الأحاسيس منها ما هو جيد يشعر به المستخدم أثناء فترات الاستخدام و منها ما هو سيئ يراوده في فترات غيابه عن الاستخدام.

أعراض الاكتئاب:

يشير مفهوم الاكتئاب في غالب الأحيان إلى حالة عدم استقرار المزاج تتراوح بين مشاعر سلبية بسيطة إلى مشاعر سلبية جدية و الاكتئاب يختلف عن مشاعر الحزن و الوحدة، و توجد العديد من الأعراض التي يمكن أن نلاحظها على الأشخاص المكتئبين من بينها صعوبة النوم و ضعف الشهية و فقدان المتعة في ممارسة الأنشطة المختلفة و قد تزيد حدة هذه الأعراض ليكون الشخص محاط بأفكار انتحارية أو حتى محاولات للانتحار (Datu, Valdez, Datu.N, 2012).

6 - حدود الدراسة:

1-6- الحدود الموضوعية: الموضوع ينحصر ضمن حدود العلاقة بين استخدام الفايس بوك بمستوياته المختلفة و ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين الجزائريين و هو بالتالي لا يتجاوز حدود وجود أو غياب هذه العلاقة.

2-6- الحدود البشرية: تم توزيع الاستبيان الإلكتروني و قد تفاعل معه 245 مستخدم و بعد مراجعة استجابات المبحوثين و اقصاء الاجابات غير السليمة استقر حجم العينة في 239 مفردة بحث من مجمل المستخدمين الجزائريين.

7 - الخلفية النظرية والدراسات السابقة:

تعد الدراسات السابقة محطة هامة جداً في رسم محاور الدراسة وضبط مفاهيمها ومتغيراتها بشكل دقيق، وهو نفس الأمر الذي يتعلق بهذه الدراسة فبعدما تم مسح الكثير من الدراسات المتاحة حول استخدام الفايسبوك وعلاقته بالاكنتاب امكنا تقديم بعض الدراسات الحديثة التي تقترب من متغيرات الدراسة بشكل كبير والتي يحتمل أن تقدم إضافة للموضوع ويمكننا تلخيص هذه الدراسات فيما يأتي:

a. دراسة J. Tang and M. Livingston (2012) بعنوان الارتباط بين استخدام الفايسبوك وبين الوحدة والاكنتاب، وكانت هذه الدراسة تهدف إلى تحليل العلاقة بين استخدام الفايسبوك كمصدر لبناء علاقات الصداقة و تكوين الرفقة وبين شعور المستخدم بالوحدة والاكنتاب.

وقد استخدمت في جمع البيانات استمارة الاستبيان الالكتروني حيث تتضمن العديد من الاسئلة حول استخدام مفردات العينة للفايسبوك وتعلق هذه الاسئلة بالجنس والوقت الذي يقضيه المستخدمون في تصفح الفايسبوك و كذا عدد الأصدقاء على الفايسبوك بالإضافة إلى توظيف مقياس خاص بالوحدة يتضمن 20 فقرة ومقياس آخر استخدم لقياس الاكنتاب ويتكون أيضا من 20 فقرة. تفاعل مع هذا الاستبيان الالكتروني العديد من المستهدفين لكن مع نهاية الأمر استقر العدد في حدود 257 مشترك وذلك بعد إقصاء الاجابات غير المكتملة وغير السليمة في و تجدر الاشارة إلى أن الاناث تشكل 58 بالمائة من مجموع عينة الدراسة.

توصلت الدراسة إلى أن عدد الساعات التي يقضيها المستخدمون تقترب من 2.78 ساعة يوميا ومعدل الأصدقاء في حدود 552 صديق كما توصلت الدراسة أيضا إلى عدم وجود دلالة احصائية بين عدد الأصدقاء على الفايسبوك وبين متغير الاكنتاب، من جهة أخرى توصلت الدراسة إلى أن الاشخاص الذين يقضون أوقات طويلة على الفايسبوك يميلون بشكل أكبر إلى الوحدة وبالتالي إلى الاكنتاب.

b. دراسة Lauren A. Jelenchick, M.P.H وزملاؤها (2013) بعنوان "استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية و علاقتها بالاكنتاب عند كبار المراهقين"، وهدفت إلى تقييم العلاقة بين استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وبين الاكنتاب عند المستخدمين المراهقين، و استخدم فريق العمل استمارة الكترونية تحتوي على اختبار (PHQ) لاكتشاف الاكنتاب بالإضافة إلى بعض الاسئلة المتعلقة باستخدام مواقع الشبكات الاجتماعية وتوصلت الدراسة بعد الحصول على استجابة من 190 مستخدم إلى أن 58 بالمائة من حجم العينة إناث ومتوسط العمر 18.9 عام بانحراف معياري يقدر بـ 0.8، كما توصلت الدراسة ايضا إلى أن أغلب المستجوبين (100.53 بالمائة) يقضون أقل من نصف ساعة يوميا على مواقع الشبكات ونسبة (74.39 بالمائة) يقضون أوقاتا تتراوح بين نصف ساعة وساعتين والنسبة الأقل من المستجوبين (16.8 بالمائة) يستخدمون مواقع الشبكات الاجتماعية اكثر من ساعتين يوميا. من ناحية أخرى توصلت الدراسة إلى أن متوسط أجوبة المستخدمين فيما يتعلق باختبار الاكنتاب هو 4.5 بانحراف معياري يقدر بـ 4.2، وعند تحليل الارتباط بين الاستخدام والاكنتاب توصلت الدراسة إلى أن قيمة الدلالة الاحصائية 0.519 وهو ما يعني غياب العلاقة بين المتغيرين.

c. دراسة A. Błachnio و زملاؤه (2015) بعنوان نتائج الدراسة المقطعية للعلاقة بين استخدام الأنترنت، التطفل على الآخرين في الفايسبوك والاكنتاب وكان الهدف من القيام بهذه الدراسة هو اختبار العلاقة المحتملة بين استخدام الأنترنت والتطفل على الآخرين في الفايسبوك والاكنتاب، وهي في ذلك تحاول الاجابة على فرضيتين، الأولى تشير إلى وجود علاقة دالة احصائيا بين متغيرات الجنس و العمر ومدة استخدام الفايسبوك و بين التطفل على الآخرين في الفايسبوك بينما تفترض الثانية وجود علاقة دالة احصائيا بين التطفل على الآخرين في الفايسبوك و بين ظهور أعراض الاكنتاب عند المستخدمين. شارك في هذه الدراسة 672 مستخدم للفايسبوك كما استخدم خلالها استبيان لجمع البيانات حول استخدام الفايسبوك بالإضافة إلى اعتماد مقياس مركز الدراسات الوبائية للاكنتاب والمعروف بـ (CESD) وذلك كله على عينة من نوع كرة الثلج وأظهرت نتائج هذه الدراسة وجود دليل إضافي على الترابط بين الفترات اليومية لاستخدام الأنترنت و الجنس و العمر من جهة و بين التطفل على الآخرين في الفايسبوك من جهة اخرى، فهذه الدراسة توصلت إلى أن المتطفلين في الفايسبوك هم اكثر احتمالا أن يكونوا من الذكور الصغار في السن والذين يقضون أوقات طويلة في استخدام الأنترنت كما توصلت الدراسة إلى خلاصة مفادها ان المتغيرات الديموغرافية (الجنس و السن و مدة استخدام الأنترنت) يمكنها المساعدة في وصف شخصية المستخدم الذي يحتمل ان يكون مصابا بالاكنتاب.

d. دراسة Edson C. Tandoc Jr و زملاؤه (2015) بعنوان استخدام الفايسبوك بين الحسد و الاكنتاب: هل استخدام الطلبة للفايسبوك يسبب لهم الاكنتاب؟ وطرحت هذه الدراسة ثلاث تساؤلات يمكن ترتيبها كما يأتي: ماهي العلاقة بين الاستخدام المتكرر للفايسبوك و بين ظهور أعراض الاكنتاب عند الطلبة؟ ماهي الاستخدامات الخاصة للفايسبوك عند الطلبة و التي يمكنها التنبؤ بإمكانية اتصافهم بالحسد؟ هل يتوسط متغير الحسد العلاقة بين متغيري استخدام الفايسبوك و الاكنتاب؟

و من أجل الإجابة على التساؤلات السابقة طرح الباحثون ثلاث فرضيات حاولت الدراسة بعدها اثباتها أو نفيها و تأتي هذه الفرضيات كالآتي:

- الاشخاص الذين يستخدمون الفايسبوك لأوقات طويلة يميلون إلى الاحساس بالحسد بشكل أكبر من الاشخاص الذين يستخدمونه لأوقات قصيرة.
- الاشخاص الذين يمتلكون شبكة واسعة من الأصدقاء على الفايسبوك يميلون إلى الاحساس بالحسد أكثر من الاشخاص الذين يمتلكون عدد قليل من الأصدقاء.
- المستخدمون الذين يمتلكون مستويات عالية من الحسد يحتمل أن يكونوا أكثر عرضة للاكنتاب من المستخدمين الذين يمتلكون مستويات منخفضة.

تبنت هذه الدراسة المنهج الوصفي و استخدمت مقياس خاص تمت صياغته من أجل قياس درجة الحسد عند المستخدمين يتكون من ثمانية عبارات وفق مقياس ليكرت الخماسي كما اعتمدت على اختبار مركز الدراسات الوبائية للاكنتاب والمعروف اختصاراً بـ (CESD). اثناء مرحلة جمع البيانات تم الاعتماد على الاستمارة الالكترونية أو ما يعرف باستمارة الاستبيان الالكتروني و استهدفت جميع طلبة جامعة ميدواسترن (Midwestern) في الولايات المتحدة الأمريكية

وقد تفاعل مع الاستبيان مجموع عينة الدراسة و المقدره 854 طالب و في نهاية الأمر و بعد إقصاء الاجابات غير المكتملة و غير السليمة استقر العدد في حدود 736 استبيان صالح للتحليل، و استخدم من اجل تحليل بيانات الدراسة برنامج (G-Power)، و توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج منها أن 68 بالمائة من المشتركين في الاستبيان من الاناث كما أن متوسط العمر لم يتجاوز 19 سنة بانحراف معياري يصل 2.51 و متوسط مدة استخدام الطلبة للفايبيوك هو ساعتين يومياً.

كما توصلت هذه الدراسة إلى أن استخدام الفايبيوك لا يؤدي بشكل مباشر إلى الاكتئاب و انما هناك متغيرات أخرى مثل نوع الشخصية و الوضعية في الحياة الواقعية تساهم في اكتئاب مستخدمي الفايبيوك.

e. دراسة Ella Donnelly and Daria J. Kuss (2016) و زملاؤه بعنوان دور الاستخدام المفرط و ادمان مواقع الشبكات الاجتماعية في الاكتئاب في أوساط المستخدمين. و استندت هذه الدراسة على قاعدة البحوث السابقة التي تشير إلى أن الزيادة في استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية يمكن أن يؤثر على الصحة النفسية و العقلية للمستخدم كما أن الزيادة في الاستخدام يمكن أن تؤدي للإدمان و الإدمان يحتمل أن يسبب الاكتئاب.

استهدفت هذه الدراسة اختبار العلاقة بين كل من استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية و ادمان و الاكتئاب، و اعتمدت على استمارة الاستبيان الالكتروني من أجل جمع البيانات حيث تفاعل مع الاستبيان 103 مشترك من الشباب المستخدمين لمواقع الشبكات الاجتماعية و استخدمت اختبار مركز الدراسات الوبائية للاكتئاب و الذي تمت مراجعته و المعروف اختصاراً بـ (CESD-R) بالإضافة إلى اختبار ادمان الشباب على الانترنت (IAT) بالموازاة مع بعض الاسئلة العامة حول استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية.

توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج منها وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين ادمان استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية و بين الاكتئاب كما توصلت أيضا إلى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين استخدام "الانستغرام" و الاكتئاب بالإضافة إلى وجود علاقة بين استخدام "الانستغرام" و بين الاكتئاب و في السياق نفسه توصلت الدراسة إلى غياب العلاقة بين استخدام "تويتر" و "سناب شات" و بين ادمان أو بين استخدام "تويتر" و "سناب شات" و الاكتئاب.

f. دراسة Leodoro J. Labrague (2014) بعنوان استخدام الفايبيوك و علاقته بالحالة النفسية للمراهقين (الاكتئاب، القلق، التوتر)، انطلقت هذه الدراسة من نقطة معينة ضمن التراكمات العلمية في هذا المجال حيث اجريت العديد من الدراسات العلمية مؤخرا و توصلت إلى امكانية وجود تأثير لاستخدام الفايبيوك على الحالة النفسية للمستخدمين و استكمالا للدراسات السابقة في هذا الموضوع جاءت هذه الدراسة لتبحث و تستكشف عن الآثار الناتجة عن استخدام الفايبيوك على الحالة النفسية للمستخدم (الاكتئاب، القلق، التوتر). اعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي و تضمنت العينة (76) مبحوث يزاولون دراستهم في قسم علوم التمريض التابع لجامعة (Samar) الحكومية في الفيليبين، و قد استخدم فريق البحث من أجل جمع البيانات من المستجوبين استبيان تم تقسيمه إلى ثلاث أجزاء خصص الجزء الأول للبيانات الديموغرافية في حين خصص الجزء الثاني و الثالث لكل من مقياس ادمان استخدام الفايبيوك و كذا مقياس الاكتئاب و الضغط و التوتر و المعروف اختصاراً بـ (DASS). في النهاية توصلت هذه الدراسة إلى

غياب علاقة مباشرة بين ادمان استخدام طلبة قسم علوم التمريض للفايسبوك وبين الحالات النفسية السيئة عندهم بينما توصلت ايضا إلى أن زيادة استخدام الفايسبوك يزيد من احتمال ظهور الاكتئاب و القلق و التوتر عند المستخدمين.

8- الإجراءات المنهجية للدراسة:

8-1- منهج الدراسة: تندرج هذه الدراسة ضمن الدراسات الوصفية و قد اعتمدنا فيها على المنهج المسحي الذي يعد أكثر المناهج ملائمة لتحليل الاشكالية المطروحة و اختبار فروضها و الاجابة على مجمل تساؤلاتها كما يعتبر أصلح المناهج لوصف العلاقة بين المتغيرات المختلفة ضمن محاور هذه الدراسة دون التطرق أو محاولة تفسير أو شرح الأسباب التي تقف خلف هذه العلاقة، و قد ساعدتنا الدراسات السابقة بشكل كبير في اعتماد هذا المنهج كون العديد منها تبنى المنهج نفسه في معالجة اشكالياتها.

8-2- مجتمع الدراسة: يلزمنا الهدف الأساسي من هذه الدراسة و الذي يتمثل في اختبار العلاقة بين استخدام الفاييس بوك و ادمانه و بين ظهور أعراض الاكتئاب إلى اعتماد منهج المسح في استهداف الأشخاص الذين يستخدمون الفاييس بوك، و قد تم استهداف المستخدمين بطريقة الكترونية حيث قمنا بنشر و مشاركة الاستبانة الالكترونية في العديد من الصفحات و المجموعات على موقع الفاييسبوك بغرض الحصول على أكبر قدر ممكن من التفاعل من طرف المستخدمين. فموقع الفاييسبوك متغير رئيسي من متغيرات الدراسة و استخدامه يعتبر شرط أساسي للإجابة على الاستبانة و بالتالي قياس الإدمان علي استخدامه كمرحلة ثانية ثم فيما بعد قياس الإكتئاب في أوساط هؤلاء المستخدمين. و بالتالي مجتمع الدراسة هو مجمل الجزائريين الذين يستخدمون الفاييسبوك.

8-3- عينة الدراسة: يمكن القول أن عينة الدراسة هي مجموع من تفاعل مع الاستبانة الالكترونية من مجمل مجتمع البحث و قد تفاعل مع الاستبانة بشكل سليم 239 مفردة و الجدول الآتي يوضح طبيعة العينة من حيث الجنس و السن.

خصائص العينة (239)		التكرار	%
الجنس	ذكر	112	46.9
	أنثى	127	53.1
السن	أقل من 20 سنة	17	7.1
	من 20 إلى 29	173	72.3
	من 30 إلى 39	42	17.5
	من 40 إلى 49	06	2.5
	أكثر من 50	01	0.4
	المجموع	239	100

جدول يوضح طبيعة عينة الدراسة

4-8- أداة الدراسة ووصفها وخصائصها (الصدق والثبات): اعتمدنا كما سبق وذكرنا على الاستبانة الالكترونية كأداة لجمع البيانات في هذه الدراسة، وتتضمن هذه الاستبانة مقياس ادمان استخدام الفاييسوك، بالإضافة إلى مقياس الاكتئاب (CESD)، وبعض الاسئلة لجمع البيانات الخاصة بالجنس والسن وكذا أوقات وفترات استخدام الفاييسوك و حجم شبكة الأصدقاء على الفاييسوك، ويمكن شرح المقياسين كما يأتي:

- مقياس ادمان استخدام الفيس بوك: تم تصميم اختبار ادمان الفيس بوك (The Facebook Intensity Scale) (IAT) من طرف الباحث (Nicole B. Ellison) وزملاؤه من أجل قياس متغير ادمان في الدراسة الموسومة أوجه الفائدة في أصدقاء الفيس بوك (Ellison .N.B , 2007) وهذا المقياس يعد من بين أكثر الاختبارات استخداما في قياس ادمان على استخدام الفيس بوك في أوساط الشباب حيث يقدر فيها المبحوث بشكل ذاتي درجة خضوعه أو ادمانه على استخدام الفيس بوك بالإجابة على العبارات الستة (06) وفق الخيارات المتعددة والمتاحة أمامه والتي تتراوح بين غير موافق بشدة كحد أدنى و موافق بشدة كحد أقصى وذلك كما يأتي: غير موافق بشدة (1)، غير موافق (2)، محايد (3)، موافق (4)، موافق بشدة (5)، ويمكن الحكم على المستخدم من خلال حساب المتوسط المتحصل عليه ضمن هذا المقياس ويمكن ذكر العبارات الستة كما يأتي: يعتبر الفاييسوك جزء من نشاطاتي اليومية، احس بالفخر حينما ابلغ أصدقائي أنني متواجد على الفاييسوك، اصبح الفاييسوك جزء من روتيني اليومي، احس أنني بعيد عن الأحداث حينما لا يمكنني الولوج إلى الفاييسوك، أشعر أنني جزء من مجتمع الفاييسوك، كنت سأحس بأسف لو توقفت الفاييسوك عن تقديم خدماته. تأكدنا من ثبات الاتساق الداخلي لهذا المقياس من خلال قياس معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بـ 0.858.

- مقياس الاكتئاب: اعتمدنا في هذه الدراسة على المقياس الذي اعتمده مركز الدراسات البوائية للاكتئاب (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale) والمعروف اختصاراً بـ (CESD)، وذلك في نسخته المعدلة و القصيرة (Thröstur Björgvinsson et al, 2013). حيث تم تصميم المقياس في 10 عبارات مع خيارات متعددة للإجابة يقوم المبحوث أثناء الاجابة بالتقييم الذاتي لأعراضه الإكتئابية طوال فترة زمنية معينة تحدد بآخر أسبوع مر على المبحوث قبل استجابته و يطلب منه تقييم اجابته على العبارات (باستثناء العبارتين الخامسة و الثامنة) وفق سلم تقدير يتألف من (4) خيارات تتراوح أوزانها بين (0) نادراً أو إطلاقاً أو أقل من يوم و (1) بعض أو قليل من الوقت، بين يوم و يومين و (2) وقت معتبر يتراوح من ثلاثة إلى أربعة أيام و (3) أغلب الأوقات أو الوقت بأكمله وهو ما يمكن حصره بين خمسة أيام إلى أسبوع. أما العبارتين الخامسة و الثامنة فتقيم وفق أوزان عكس ما اعتمدها في العبارات الأخرى بمعنى الخيار الأول يمنح له (3) و الثاني (2) و الثالث (1) و الرابع (0)

سبق و تأكد ثبات و صدق المقياس من خلال العديد من الدراسات التي اعتمدهت سواء تعلق الأمر بنسخته الأصلية التي تتكون من عشرين عبارة أو نسخته المختصرة ذات العشر عبارات فدراسات (Emily Claire Baron et al, 2017) و (Thröstur Björgvinsson et al, 2013) و (Nicholas T. Van Dam, Mitch Earleywine, 2011) هي مثال عن بعض الدراسات التي تأكدت من صحة و ثبات المقياس. كما تأكدنا نحن أيضا من ثبات هذا المقياس من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بـ 0.844.

5-8- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

بعد تحصلنا على البيانات التي تم جمعها من الميدان قمنا بترميزها و تفرغها و ادخالها في الحاسوب باستخدام برنامج "الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية" (SPSS) و ذلك في نسخته العشرين، ثم بعد ذلك قمنا بمعالجة البيانات و تحليلها و استخراج النتائج الاحصائية.

من أجل اختبار جودة التوفيق و اعتدالية التوزيع استخدمنا اختبار "كولموجروف - سميرونوف" و اختبار "كا تربيع" و هو ما سمح لنا بإثبات أن توزيع العينة غير طبيعي و مع الأخذ في الاعتبار هدف الدراسة و كذا طبيعة متغيراتها كان من اللازم علينا اعتماد الأساليب الاحصائية اللامعملية و بالتالي يمكننا حصر الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة ضمن الاساليب الآتية: التكرارات و النسب المئوية، حساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري، اختبار "كولموجروف - سميرونوف"، اختبار "كا تربيع"، معامل ارتباط "سبيرمان للرتب"، معامل "ألفا كرونباخ".

9 - عرض و تحليل نتائج الدراسة و مناقشتها:

9 1 - البيانات المتعلقة بالمدة اليومية لاستخدام الفايسبوك:

النسبة	التكرار	مدة استخدام الفايسبوك
7.1%	17	أقل من 30 دقيقة
26.8%	64	بين 30 دقيقة و ساعتين
66.1%	158	أكثر من ساعتين
100%	239	المجموع

جدول يوضح مدة الاستخدام اليومي للفايسبوك الخاص بعينة الدراسة

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن نسبة ضئيلة جدا من المستخدمين تقدر بـ 7.1 بالمائة يقضون في تصفح الفايسبوك أوقات تقل عن 30 دقيقة تليها فئة يقدر حجمها بـ 26.8 بالمائة من مجموع العينة يستخدمون الفايسبوك لأوقات تتراوح من 30 دقيقة إلى ساعتين، و الأمر الذي يثير انتباهنا هو كون أغلب المستخدمين ضمن عينة الدراسة و الذين تقدر نسبتهم بأكثر من 66 بالمائة يستخدمون الفايسبوك أكثر من ساعتين يوميا و هي نسبة تثبت الأوقات المعتبرة التي أصبح الأشخاص يقضونها في تصفح الأنترنت و تؤكد على أن الفايسبوك أصبح واقع معاش و عادة يومية يمارسها أغلب الأشخاص في حياتهم يوميا كما أن هذه النسبة تثير الشك و الريبة في علاقة الفايس بوك بالعديد من المشاكل النفسية و الصحية التي تواجه المستخدمين.

2 9 - البيانات المتعلقة بحجم شبكة الأصدقاء على الفايسبوك:

عدد الأصدقاء على الفايسبوك	التكرار	%
أقل من 100 صديق	100	41.8
بين 100 و 500 صديق	102	42.6
أكثر من 500 صديق	37	15.4
المجموع	239	100

جدول يوضح حجم شبكة الأصدقاء على الفايسبوك الخاص بعينة الدراسة

تبين لنا نتائج الجدول السابق أن أكبر نسبة من المستخدمين ضمن عينة الدراسة و التي تقدر بـ 42.6 بالمائة تمتلك ما بين 100 و 500 صديق على موقع الفايس بوك تليها المجموعة الثانية و التي تقدر نسبتها بـ 41.8 بالمائة يمتلك أفرادها شبكة تقل عن 100 صديق ثم تأتي في المرتبة الأخيرة مجموعة تمثل نسبة 15.4 بالمائة تمتلك أكثر من 500 صديق. كما توصلت الدراسة إلى أن متوسط عدد الأصدقاء يقدر 351 صديق.

3 9 - ادمان استخدام الفايسبوك: يمكن تلخيص المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج المبحوثين

و اجاباتهم على العبارات المتعلقة بمقياس إدمان استخدام الفايسبوك و الذي يتضمن ستة عبارات وفقاً للآتي:

الانحراف (م)	المتوسط (ح)	العبرة
1,005	3,75	1 - يعتبر الفايسبوك جزء من نشاطاتي اليومية
1,030	2,42	2 - احس بالفخر حينما ابلغ أصدقائي أنني متواجد على الفايسبوك
1,025	3,83	3 - اصبح الفايسبوك جزء من روتيني اليومي
1,149	3,65	4 - احس أنني بعيد عن الأحداث حينما لا يمكنني الولوج إلى الفايسبوك
1,144	3,40	5 - أشعر أنني جزء من مجتمع الفايسبوك
1,220	3,41	6 - كنت سأحس بأسف لو توقف الفايسبوك عن تقديم خدماته
0.831	3.41	مجموع الفقرات

جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لإجابات عينة الدراسة على عبارات مقياس إدمان استخدام الفايسبوك

توضح البيانات الواردة في الجدول أعلاه أن المتوسطات الحسابية للفقرات الستة تراوحت ما بين (2.42-3.83)، فجميع الفقرات باستثناء الفقرة الثانية متوسطاتها متقاربة ودرجاتها قوية أما فيما يتعلق بالمتوسط العام للفقرات فهو 3.41 و هو ما يجعل الدرجة الكلية للفقرات قوية و بالتالي متوسط إدمان مفردات عينة الدراسة هو إدمان قوي.

الجدول الآتي يوضح ادمان استخدام الفايبيوك في أوساط عينة الدراسة:

النسب	التكرارات	إدمان استخدام الفايبيوك
3.8%	09	إدمان ضعيف جدا
11.7%	28	إدمان ضعيف
31.4%	75	إدمان متوسط
37.7%	90	إدمان قوي
15.5%	37	إدمان قوي جدا
%100,0	239	المجموع

جدول يوضح إدمان استخدام الفايبيوك في أوساط عينة الدراسة

يقدم الجدول أعلاه تفصيلاً لمتوسط إدمان استخدام الفايبيوك في أوساط المستخدمين والذي سبق وقدر بـ 3.41 حيث نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 37.7 بالمائة من عينة الدراسة يقيمون ادمانهم على أنه إدمان قوي تلهم نسبة أخرى لا تقل أهمية عن النسبة الأولى و تقدر بـ 31.4 بالمائة وصفوا مستوى إدمانهم بالمتوسط ثم 15.5 بالمائة وصفوه بالقوي جداً في حين نجد أن من وصفوا إدمانهم بالضعيف نسبتهم ضعيفة أيضاً فـ 11.7 بالمائة قيموا إدمانهم بالضعيف و 3.8 بالمائة قدروه بالضعيف جداً.

4 9 - الاكتئاب: مكنا تلخيص نتائج المبحوثين و اجاباتهم على العبارات المتعلقة بمقياس الاكتئاب (CESD-R) و الذي يتضمن عشرة عبارات وفقاً للآتي:

الانحراف (م)	المتوسط (ح)	العبرة (خلال الأسبوع الماضي)
,984	1,10	1. لقد كنت أحس بالملل مع أمور لم تكن تشعرني سابقا بالملل
1,085	1,16	2. واجهت صعوبات للحفاظ على تركيزي و القيام بما أود القيام به
1,048	1,22	3. احسست في وقت ما بأنني مكتئب.
1,058	1,26	4. أحسست بتعب و جهد في كل شيء قمت به.
1,144	1,39	5. أحسست بالأمل في المستقبل
,938	0,71	6. شعرت بالخوف
1,119	1,18	7. كان نومي غير هادئ
0,994	1,61	8. كنت سعيد
1,125	1,11	9. أحسست بالوحدة
1,001	0,74	10. كنت غير قادر على الاستمرار.
0,67722	1,1474	مجموع الفقرات

جدول يوضح المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لإجابات عينة الدراسة على عبارات مقياس الاكتئاب في أوساط المستخدمين

توضح البيانات الواردة في الجدول أعلاه أن المتوسطات الحسابية للفقرات العشرة لمقياس (CESD-R) للاكتئاب تراوحت ما بين (0,71 - 1,61)، أما فيما يتعلق بالمتوسط العام للفقرات فهو 1.1474 وانحرافها المعياري قدر بـ 0.67722 وهو ما يجعل اجابات العينة متقاربة بشكل كبير. اقل متوسط كان على العبارة السادسة التي تتعلق بالشعور بالخوف كما أن أكبر متوسط كان على العبارة الثامنة التي تتمحور حول الشعور بالسعادة خلال الأسبوع السابق لاستجواب المبحوثين. ويقدم الجدول الآتي تفصيلا لمتغير الاكتئاب في أوساط عينة الدراسة:

النسب	التكرارات	الاكتئاب
34.7%	83	اكتئاب ضعيف جدا أو منعدم
35.6%	85	اكتئاب في بعض الأوقات
20.9%	50	اكتئاب معتبر
8.8%	21	اكتئاب قوي
%100,0	239	المجموع

جدول يوضح الاكتئاب في أوساط عينة الدراسة

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن الاكتئاب يمتلك مستويات انتشار معتبرة فمستوى الاكتئاب الذي وصف بأنه مناسباتي احتل المرتبة الأولى و حقق أكبر نسبة في أوساط المستخدمين قدرت بـ 35.6 بالمائة في حين الاكتئاب الضعيف أو المنعدم جاء في المرتبة الأولى بنسبة 34.7 بالمائة وهو ما يجعلنا نقول أن ثلث المستخدمين ضمن عينة الدراسة هم بعيدون عن خطر الاكتئاب. أيضاً الاكتئاب المعتبر في حدود 20 بالمائة والاكتئاب القوي 8.8 بالمائة وبالتالي في مجمل القول نلاحظ أن حوالي 30 بالمائة من عينة الدراسة يتواجدون في مستويات خطيرة من الاكتئاب. ويمكن الإشارة هنا إلى أن نسب الاكتئاب المسجلة في هذه الدراسة مرتفعة بالمقارنة مع ما توصلت العديد من الدراسات الأجنبية في المجتمعات الشرقية أو الغربية فدراسة (Jason L. Skues et al, 2014) التي أجريت في ملبورن في أستراليا تحدد مستويات الاكتئاب في حدود 25 بالمائة من عينة الدراسة، ودراسة (Leodoro J. Labrague, 2014) في الفلبين حددت نسب الاكتئاب في 12 بالمائة كما أن دراسة (Lauren A. Jelenchick et al, 2013) في الولايات المتحدة حصرت نسب الاكتئاب في حدود 14 بالمائة.

10 - اختبار الفرضيات:

المغيرات	مدة استخدام الفايسبوك	عدد الأصدقاء على الفايسبوك	إدمان استخدام الفايسبوك	الإكتئاب
مدة استخدام الفايسبوك	1			
عدد الأصدقاء على الفايسبوك	,125	1		
إدمان استخدام الفايسبوك	** ,422	** ,226	1	
الاكتئاب	** ,267	** -,162	** ,386	1

جدول يوضح الارتباط بين متغيرات الدراسة

** علاقة الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة الاحصائية 0.01 .
* علاقة الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة الاحصائية 0.05 .

الفرضية الأولى: توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين مدة الاستخدام اليومي للفايس بوك و بين ظهور

أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر

يقدم لنا الجدول أعلاه تفصيلا لعلاقات الارتباط بين المتغيرات محل الدراسة، ويتضح بشكل جلي وجود علاقة ارتباط بين الاكتئاب و بين المدة اليومية لاستخدام الفاييس بوك قدر بـ 0.267 وهو كما نلاحظ هو ارتباط دال احصائيا عند مستوى المعنوية 0.01 و يتفق ما توصلنا إليه مع ما توصلت إليه بعض الدراسات من بينها دراسة (Igor Pantic et al, 2012) التي تقول بوجود ارتباط بين طول الأوقات التي يقضيها الشخص في استخدام مواقع التشبيك الاجتماعي و بين الاكتئاب، كما أن دراسة (Kevin B. Wright et al, 2013) تزيد في التفصيل حول العلاقة بين المتغيرين وتشرح أن إمكانية التعرض للاكتئاب لا يتعلق بشكل مباشر بمدة استخدام الفاييس بوك و انما متعلق بطبيعة الأنشطة التي يقوم بها المستخدم في الفاييس بوك طوال مدة الاستخدام و ليس بالمدة في حد ذاتها فالأشخاص الذين يستخدمون الفاييس بوك من أجل تضيئة الوقت هم أكثر تعرضا للاكتئاب من أولئك الذين يستخدمونه للاتصال الشخصي.

يخالف وجود علاقة ارتباط بين المتغيرين في هذه الدراسة العديد من الدراسات الأجنبية الغربية و الشرقية التي توصلت إلى غياب أي علاقة بين المتغيرين السابقين فدراسة (Jesus Alfonso D. Datu et al, 2012) التي اجريت في الفلبين تشير بوضوح إلى عدم وجود أي علاقة دالة إحصائية بين متغيري مدة الاستخدام اليومي للفايسبوك و بين الاكتئاب و أن الاستخدام وحده دون متغيرات أخرى وسيطة لا يمكنه أن يكون على علاقة بالاكتئاب و هو في ذلك يقترب بشكل غير مباشر من دراسة (Kevin B. Wright et al, 2013)، كما أن دراسات كل من (Jelenchick, Eickhoff, Moreno, 2012) أكدت غياب العلاقة بين مدة استخدام الفاييس بوك و بين مستويات الاكتئاب.

يأتي تمييز هذه نتيجة دراستنا عن بعض الدراسات السابقة ربما من خصوصية الفرد الجزائري و المجتمع الجزائري و العديد من المتغيرات الوسيطة التي لا توجد في المجتمعات الأخرى و التي يمكنها أن تكون ضمن دراسات مستقبلية تبحث في تفسير العلاقة بين مدة الاستخدام و الاكتئاب في أوساط المستخدمين.

الفرضية الثانية: توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين مدة الاستخدام اليومي للفايس بوك و بين الإدمان

عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر

نلاحظ من خلال جدول الارتباط وجود ارتباط معتبر بين المدة اليومية لاستخدام الفاييسبوك و بين إدمان الاستخدام حيث يوضح الجدول أن الارتباط يقدر بـ 0.422 و هي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة الاحصائية 0.01 و يدعم هذا الأمر ما توصلت إليه العديد من الدراسات لدراسة (Emre ÇAM, Onur İŞBULAN, 2012) التي توصلت إلى أن متغير مدة الاستخدام و متغير الجنس و السن هم أكثر المتغيرات ارتباطاً بالإدمان، كما أن النتيجة التي توصلنا إليها في هذه الدراسة هي نتيجة منطقية بحكم استحالة وجود إدمان دون زيادة مدة الاستخدام.

الفرضية الثالثة: توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين حجم شبكة الأصدقاء على الفاييس بوك وبين الإدمان في أوساط المستخدمين.

يبين الجدول أعلاه أن نتيجة معامل "ارتباط سيرمان" هو 0.226 وأن أقل قيمة لمستوى الدلالة الإحصائية يساوي 0.000 وعليه يتضح لنا أن أقل قيمة لمستوى الدلالة الإحصائية هي أقل من مستوى الثقة المقدر بـ 0.01 وبالتالي فإن نتيجة معامل الارتباط هي نتيجة دالة إحصائياً، وتعد هذه النتيجة في نفس الطرح الذي توصلت إليه دراسة (Valerie Barker et al, 2013) حيث تشير إلى أن الأشخاص الذين يستخدمون مواقع التشبيك الاجتماعي بشكل كثيف هم أكثر الأشخاص تحصيلاً للرأسمال الاجتماعي.

الفرضية الرابعة: توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين حجم شبكة الأصدقاء على الفاييس بوك وبين ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.

تبين لنا بيانات الجدول أعلاه وجود علاقة ارتباط عكسية بين عدد الأصدقاء وبين الاكتئاب تقدر بـ 0.162- وهي علاقة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.01 وهو ما يعني أنه كلما قل عدد الأصدقاء الافتراضيين على الفاييسوك كلما زادت احتمالات التعرض للاكتئاب وهو ما توصلت إليه دراسة (Megan A. Moreno et al, 2011) ، كما توجد أيضاً بعض الدراسات الأخرى التي تخالف ما توصلنا إليه وتنفي غياب العلاقة بين المتغيرين منها على سبيل المثال دراسة (Kevin B. Wright et al, 2013).

الفرضية الخامسة: توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين إدمان استخدام الفاييس بوك وبين ظهور أعراض الاكتئاب عند المستخدمين لهذا الموقع في الجزائر.

في الأخير يوضح لنا الجدول وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الإدمان على استخدام الفاييسوك وبين الاكتئاب تقدر بـ 0.386 وهو بالتقريب ما تحصلت عليه نتائج دراسة (Nitt Hanprathet MSc et al, 2015) حيث تشير إلى أن إدمان استخدام الفاييسوك في أوساط طلبة المدارس العليا يحتمل أن يكون على علاقة بالصحة العقلية بشكل عام مثل القلق والاكتئاب الحاد كما اقترحت على السلطات تعليم الأطفال والشباب كيفية تأثير إدمان استخدام الفاييس بوك على الصحة العقلية، كما أن دراسة (Leodoro J. Labrague, 2014) توصلت إلى أن الإدمان على استخدام الفاييسوك وحده غير كافي ليسبب المشاعر السلبية كالاكتئاب والقلق والتوتر فالإكتئاب كما يقول هو نتاج للعديد من العوامل النفسية والاجتماعية والبيولوجية والوراثية.

من جانب آخر توجد العديد من الدراسات التي تخالف نتائج دراستنا وتقول أنه لا توجد علاقة بين المتغيرين مثل دراسة (Jelenchick et al, 2013) و دراسة (Jesus Alfonso D. Datu et al, 2012).

خلاصة:

حاولت هذه الدراسة التطرق إلى قضية هامة تتعلق بالعلاقة بين استخدام الفايسبوك وظهور الاكتئاب، وقد تحددت اشكالية الدراسة في محاولة استكشاف وجود علاقة ارتباط بين المتغيرين. أجرينا من أجل الاجابة عن الاشكالية دراسة ميدانية استهدفت عينة قوامها 239 مستخدم من مجمل مستخدمي الفايسبوك في الجزائر.

توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج من بينها:

1. أغلب المستخدمين ضمن عينة الدراسة (66 بالمائة) يستخدمون الفايسبوك أكثر من ساعتين يوميا و 26.8 بالمائة يستخدمونه لأوقات تتراوح من 30 دقيقة إلى ساعتين وهذه النسب تثبت الأوقات المعتدلة التي أصبح الأشخاص يقضونها في تصفح الفايسبوك كما تؤكد على أن الفايسبوك أصبح واقع معاش و عادة يومية يمارسها أغلب الأشخاص في حياتهم يوميا.
2. أكبر نسبة من المستخدمين ضمن عينة الدراسة (42.6 بالمائة) تمتلك ما بين 100 و 500 صديق على موقع الفايسبوك و 41.8 بالمائة يمتلكون شبكة تقل عن 100 صديق و 15.4 بالمائة تمتلك أكثر من 500 صديق.
3. توصلت الدراسة إلى أن متوسط عدد الأصدقاء على الفايسبوك يقدر 351 صديق.
4. تتراوح متوسطات إجابة عينة الدراسة على الفقرات الستة لمقياس الإدمان ما بين (2.42 - 3.83)، و المتوسط العام للفقرات فهو 3.41 و هو ما يجعل الدرجة الكلية للفقرات قوية و بالتالي متوسط إدمان مفردات عينة الدراسة هو إدمان قوي.
5. تتراوح متوسطات إجابة عينة الدراسة على الفقرات العشرة لمقياس (CESD-R) للاكتئاب بين (0.71 - 1.61)، أما المتوسط الحسابي لجميع الفقرات فهو 1.1474 و انحرافها المعياري قدر بـ 0.6772 و هو ما يجعل اجابات العينة متقاربة بشكل كبير.
6. أول ما نلاحظه في نتائج الدراسة فيما يتعلق بالعلاقات الارتباطية هو غياب الارتباط بين عدد الأصدقاء و بين مدة استخدام الفايسبوك حيث أن نتيجة الارتباط بين المتغيرين هي نتيجة غير دالة إحصائيا كما وضحه الجدول السابق.
7. يوجد ارتباط معتبر بين المدة اليومية لاستخدام الفايسبوك و بين إدمان الاستخدام حيث يوضح الجدول أن الارتباط يقدر بـ 0.422 و هي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة الاحصائية 0.01 .
8. توجد علاقة ارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة الاحصائية 0.01 بين إدمان استخدام الفايسبوك و بين عدد الأصدقاء على الفايس بوك و قدر الارتباط بـ 0.266.

9. خلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط بين الاكتئاب و بين المدة اليومية لاستخدام الفايسبوك و قد قدر الارتباط بـ 0.267 و هو كما نلاحظ هو ارتباط دال احصائيا عند مستوى المعنوية 0.01 .
10. توجد علاقة ارتباط عكسية دالة إحصائيا بين عدد الأصدقاء و بين الاكتئاب تقدر بـ 0.162- و هو ما يعني أنه كلما قل عدد الأصدقاء الافتراضيين على الفايسبوك كلما زادت احتمالات التعرض للاكتئاب.
11. وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين الإدمان على استخدام الفايسبوك و بين الاكتئاب تقدر بـ 0.386.

قائمة المراجع:

- 1- Ambrose. A.J.H. (2016). The Virtual Blues: Facebook and Depression in Young Adults. *The American Journal of Psychiatry Residents' Journal*, 11 (12). 3-6. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp-rj.2016.111202>
- 2- Błachnio. A., Przepiórka. A., Pantic. I. (2015). Internet use, Facebook intrusion, and depression: Results of a cross-sectional study. *European Psychiatry*, 30 (06), 681–684. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2015.04.002>.
- 3- Blease, C. R. (2015). Too many 'friends,' too few 'likes'? Evolutionary psychology and 'Facebook depression'. *Review of General Psychology*, 19(1), 1-13. <http://dx.doi.org/10.1037/gpr0000030>
- 4- Björgvinsson. T., Kertz. S.J., Bigda-Peyton. J.S., McCoy .K.L., Aderka. I.M. (2013). Psychometric properties of the CES-D-10 in a psychiatric sample. *Assessment*, 20 (4), 429 –436. DOI: 10.1177/1073191113481998.
- 5- Donnelly.E., Kuss. D.J. (2016). Depression among Users of Social Networking Sites (SNSs): The Role of SNS Addiction and Increased Usage. *Journal of Addiction and Preventive Medicine*, 1 (2). 107. DOI: <http://dx.doi.org/10.19104/japm.2016.107>
- 6- Emily Claire Baron, Thandi Davies, Crick Lund. (2017). Validation of the 10-item Centre for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D-10) in Zulu, Xhosa and Afrikaans populations in South Africa. *BMC Psychiatry*, 17 (6), 2-14. doi: [10.1186/s12888-016-1178-x](https://doi.org/10.1186/s12888-016-1178-x).
- 7- Emre ÇAM, Onur İŞBULAN. (2012). A NEW ADDICTION FOR TEACHER CANDIDATES: SOCIAL NETWORKS. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11 (3), 14-19.
- 8- Jason, L, S., Robert, F, B., Lisa, Z, W. (2014). Facebook and Diagnosis of Depression: A Mixed Methods Study. *Social Networking*, 3, 187-195. <http://dx.doi.org/10.4236/sn.2014.34023>
- 9- Jesus. A. D., Jana. P.V., Nino. D. (2012). Does Facebooking make us sad? Hunting relationship between Facebook use and depression among Filipino adolescents. *International Journal of Research Studies in Educational Technology*, 1 (2), 83-91.
- 10- Jelenchick. L.A., Eickhoff. C.J., Moreno. A.M. "Facebook Depression? Social Networking Site Use and Depression in Older Adolescents". *Journal of Adolescent*

Health, 52, 128–130. (USA: 2013). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.05.008>.

- 11- Kevin B. Wright , Jenny Rosenberg , Nicole Egbert , Nicole A. Ploeger , Daniel R.(2013). Bernard & Shawn King, Communication Competence, Social Support, and Depression Among College Students: A Model of Facebook and Face-to-Face Support Network Influence. *Journal of Health Communication:International Perspectives*, 18 (1), 41-57. <http://dx.doi.org/10.1080/10810730.2012.688250>.
- 12- Labrague. L.J. (2014). Facebook use and adolescents' emotional states of depression, anxiety, and stress. *Health science journal*, 8 (1). 80-89.
- 13- Megan A. Moreno, Lauren A. Jelenchick, Katie G. Egan, Elizabeth Cox, Henry Young, Kerry E. Gannon, Tara Becker. (2011). Feeling bad on facebook: Depression disclosures by college students on a social networking site. *DEPRESSION AND ANXIETY*, 28 (6), 447–455. DOI: 10.1002/da.20805.
- 14- Nicole. B. E., Charles. S., Cliff . L. (2007). The Benefits of Facebook “Friends:” Social Capital and College Students’ Use of Online Social Network Sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12 (4), 1143–1168. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- 15- Noyes. D. (2018). The Top 20 Valuable Facebook Statistics – Updated February 2018. *Zephoria.com*. Retrieved February 22, 2018, <https://zephoria.com/top-15-valuable-facebook-statistics/>.
- 16- Pantic I, Damjanovic A, Todorovic J, Topalovic D, Bojovic-Jovic D, Ristic S, Pantic S. (2012). Association between online social networking and depression in high school students: behavioral physiology viewpoint. *Psychiatria Danubina*, 24 (1), 90-93.
- 17- Tandoc Jr. E.C., Ferrucci. P., Duffy. M. (2015). Facebook use, envy, and depression among college students: Is facebooking depressing?. *Computers in Human Behavior*, 43, 439-146. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.053>
- 18- Tang, J . C.M., Livingston, M. G. (2012, June 16). Correlation between Facebook usage and loneliness and depression. *Poster presented at The Hong Kong Psychological Society Annual Conference. Hong Kong*.
- 19- Valerie Barker, David M. Dozier, Amy Schmitz Weiss, Diane L. Borden. (2013). Facebook “Friends”: Effects of Social Networking Site Intensity, Social Capital Affinity, and Flow on Reported Knowledge-Gain. *The Journal of Social Media in Society*, 2 (2), 76-97.
- 20- Van Dam. N.T., Earleywine. M. (2011). Validation of the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale—Revised (CESD-R): Pragmatic depression assessment in the general population. *Psychiatry Research*, 186 (1), 128-132. doi: 10.1016/j.psychres.2010.08.018.
- 21- Wakefield. J. (2014). Facebook turns 10 but are its days numbered? *BBC News*. Retrieved February 10, 2017, from <http://www.bbc.co.uk/news/technology-25953225>.